

# L'Entente Sport pur : vos valeurs en bonne forme

## Une approche d'équipe

*Vas-y*

*Fais preuve  
d'esprit  
sportif*

*Respecte  
les autres*

*Amuse-toi*

*Garde une  
bonne santé*

*Donne  
en retour*



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

## Table des matières

|   |   |
|---|---|
| Introduction  | 3 |
| Module 1 : Comment créer une Entente Sport pur                | 4 |
| Module 2 : Comment maintenir bien vivante l'Entente Sport pur | 7 |

### Annexes

|   |    |
|---|----|
| <b>A</b> : Exemples d'exercices de consolidation d'équipe             |    |
| Passer le sac de haricots   | 9  |
| Le nœud humain  | 10 |
| <b>B</b> : Mener la charge : des trucs pour faciliter la conversation | 11 |
| <b>C</b> : Animer la conversation – la clé : la préparation           | 14 |
| <b>D</b> : Des idées pour les enfants de 5 à 8 ans                    | 18 |
| <b>E</b> : Échantillons d'Ententes Sport pur                          | 19 |
| <b>F</b> : Travail personnel : Créer votre héritage Sport pur         | 21 |

*Vas-y*

*Fais preuve  
d'esprit  
sportif*

*Respecte  
les autres*

*Amuse-toi*

*Garde une  
bonne santé*

*Donne  
en retour*



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

## Introduction

L'Entente Sport pur constitue une base pour l'enseignement des valeurs positives et le développement d'un bon caractère. Parents, entraîneurs et organisateurs peuvent aussi bénéficier de la création d'une telle entente, qui est basée sur deux questions simples :

- **Comment voulez-vous être traité?**
- **Comment voulez-vous traiter les autres?**

La détermination des valeurs partagées par les membres d'un groupe sert d'excellente introduction à la vie démocratique d'un petit groupe. Cet outil aide aussi à créer un environnement pour les entraîneurs en vue de travailler ensemble à promouvoir le développement de jeunes tant comme athlètes que comme citoyens.

**Durant la saison, prenez le temps d'observer et de vous référer à l'Entente Sport pur. Recherchez des exemples de valeurs ayant été démontrées et discutez-en pendant un moment. Les participants se sentiront plus engagés et leur appréciation de ces valeurs en sera rehaussée d'autant.**

*Vas-y*

*Fais preuve  
d'esprit  
sportif*

*Respecte  
les autres*

*Amuse-toi*

*Garde une  
bonne santé*

*Donne  
en retour*



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

## Module 1 : Créer une Entente Sport pur

Une Entente Sport pur répond à une question simple, mais importante :  
« Comment allons-nous nous traiter les uns les autres au sein de ce groupe? »  
L'entente est élaborée par les coéquipiers et les entraîneurs dans un forum ouvert et sécurisant. Parents, arbitres, dirigeants de la ligue et organisateurs peuvent aussi utiliser une forme semblable de « contrat social » comme d'un outil efficace pour contribuer à mettre en œuvre une expérience sportive positive pour toutes les personnes concernées<sup>1</sup>.

L'élaboration et l'utilisation de ce type d'entente sont un exercice d'apprentissage de la vie en démocratie et sont basées sur la conviction fondamentale que chacun d'entre nous a quelque chose de valable à apporter.

L'Entente Sport pur :

- promeut un solide sens de la responsabilisation parmi les membres du groupe;
- crée un lien solide et clair entre tous les activités du groupe;
- garde les participants en liaison étroite avec « le quoi, le pourquoi et le comment » de toute équipe ou de tout groupe;
- renforce la conviction selon laquelle chaque membre d'un groupe doit contribuer à la détermination des valeurs, des règles et des orientations qui gouverneront le groupe.

Tous les mots et toutes les phrases associés à l'Entente Sport pur devraient :

1. être acceptables par tous les participants, et
2. s'appliquer également à toutes les personnes de façon générale.

Une raison importante d'élaborer une Entente Sport pur tient au fait que celle-ci aide l'entraîneur et les participants à mettre en place un environnement qui est tout à la fois sécurisant physiquement et émotionnellement. Idéalement, une Entente Sport pur est établie dès que le groupe se réunit pour la première fois, étant donné qu'elle servira à créer et à maintenir cette sécurité physique et émotionnelle au sein du groupe. Un sentiment de sécurité physique et émotionnelle constitue l'un des facteurs les plus importants pour les participants au moment de décider de demeurer actifs dans le sport et l'activité physique.

L'entente introduit une approche basée sur les valeurs dans la direction d'équipe, ce qui aide à fournir l'assurance que l'expérience sportive est positive et agréable pour toutes les personnes concernées, peu importe leur niveau d'habileté. Le concept et l'usage d'une approche basée sur les valeurs dépendent de plusieurs facteurs, dont l'âge des participants, leur niveau d'habileté et leur cheminement personnel. D'autres facteurs, uniques à chaque groupe, comme le niveau de connaissance mutuelle des membres du groupe et la perspective de durée du groupe dans le temps, devraient aussi être considérés.

*Vas-y*

*Fais preuve  
d'esprit  
sportif*

*Respecte  
les autres*

*Amuse-toi*

*Garde une  
bonne santé*

*Donne  
en retour*



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

<sup>1</sup> *Recreation and Leisure: Issues in An Era of Change*, 3<sup>e</sup> édition, sous la direction de Thomas L. Goodale et Peter A. Witt, Venture Publishing, Inc. State College, PA 16801, 1991, (ISBN 0-910251-42-8).

## Comment créer une Entente Sport pur \*

Mettez la table dès le début de la **première** rencontre en parlant de l'entente que le groupe va élaborer ensemble. Comme il s'agit d'une bonne occasion pour les participants de façonner leur expérience sportive, il est important de leur laisser savoir qu'il s'agit d'une entente visant toutes les personnes concernées et que leur apport est important.

Ensuite, faites participer **tous** les participants à deux ou trois activités qui font appel à la coopération et au soutien mutuel de chacun afin de mettre en place les conditions de réussite. Ces activités préliminaires ne devraient prendre que de 20 à 30 minutes. (L'annexe A fournit des exemples de telles activités.)

Ensuite, prenez quelques minutes (pas plus de 5 à 10 minutes) pour demander aux participants d'échanger sur les activités, en posant trois questions au groupe :

1. Qu'aviez-vous à faire pour réussir dans ces activités?
2. Comment vous attendiez-vous à être traités par vos coéquipiers?
3. Comment avez-vous traité vos coéquipiers durant l'activité? Les avez-vous traités de la manière dont vous aimeriez être traités?

Premièrement, demandez à chaque personne de répondre pour elle-même.

Ensuite, encouragez chacun à faire part de ses réflexions aux autres membres du groupe.

**Les jeunes enfants (5 à 8 ans) seront capables de contribuer à élaborer une entente Sport pur. Toutefois, ils auront besoin de plus de stimulation, d'idées et d'aide de la part de l'entraîneur/dirigeant\*\*.**

Habituellement le groupe proposera des mots ou des phrases comme :

|                            |                               |                  |
|----------------------------|-------------------------------|------------------|
| S'aider les uns les autres | Essayer de faire de son mieux | Avoir du plaisir |
| Être en sécurité           | Être honnête                  | Respect          |
| Responsabilité             | Collaborer                    | Persévérance     |
| Défi                       | Travail d'équipe              | Écouter          |

Assurez-vous de mettre par écrit les idées/valeurs (comme celles énumérées ci-dessus) à mesure qu'elles sont partagées par le groupe ou assignez quelqu'un pour agir comme scribe. L'Entente Sport pur commence maintenant à prendre forme. Si nécessaire, les entraîneurs/dirigeants devraient inscrire sur la liste leurs propres points non négociables (ex. personne ne critique et tout le monde doit être à l'heure pour les séances d'entraînement et les matchs).

Joueurs et entraîneurs peuvent alors voter sur ces idées et ces valeurs (ex. Faites en sorte que chaque personne ait en main 5 à 10 marques de pointage ou pastilles (« dots » en anglais) autocollantes pour choisir les 5 à 10 valeurs jugées les plus importantes pour l'équipe).

\* Pour rendre ce processus plus facile, veuillez consulter nos « Trucs pour faciliter la conversation » à l'Annexe B.

\*\* Veuillez vous référer à la rubrique « Des idées pour les enfants de 5 à 8 ans » à l'Annexe D.

*Vas-y*

*Fais preuve  
d'esprit  
sportif*

*Respecte  
les autres*

*Amuse-toi*

*Garde une  
bonne santé*

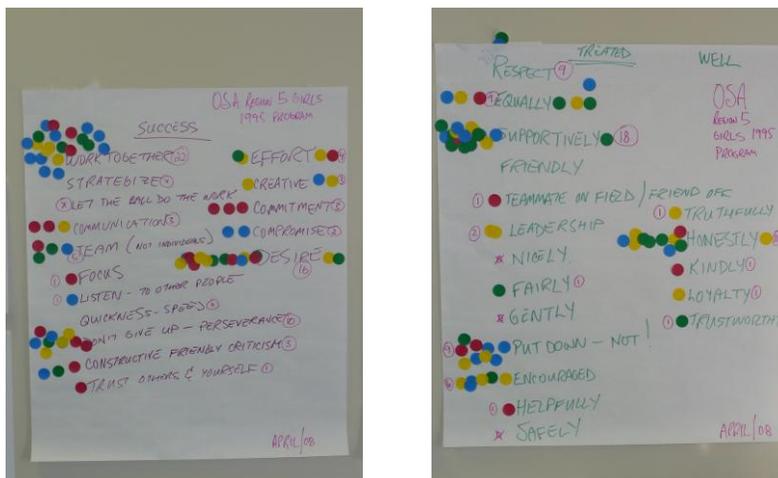
*Donne  
en retour*



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

## Exemple d'un vote par pastilles ou « dotmocratie »

(Développé par une équipe de soccer de filles sous-13)



L'analyse des résultats du vote fournit à chacun un portrait clair des valeurs et qualités que le groupe estime les plus importantes. Ces choix démocratiques deviennent alors les valeurs fondamentales du groupe et constitue l'**Entente Sport pur**.

Quand tous les participants sont parties prenantes dans l'élaboration de l'entente, chacun en retire un sentiment de prise de possession. Pour assurer la réussite de ce processus, le groupe doit toutefois développer des moyens de maintenir l'entente bien vivante et pertinente tout au long de la saison. Après quelques séances d'entraînement ou parties, réunissez-vous à nouveau comme groupe pour déterminer si les valeurs identifiées dans l'Entente Sport pur sont toujours pertinentes.

Une fois que les joueurs ont eu l'occasion d'apporter des ajouts à l'entente, faites-leur en signer un exemplaire. Prenez le temps en groupe de clarifier la signification de ces mots et de ces phrases. Par exemple, que voulons-nous dire par « respect » et « être honnête » et qu'est-ce que ces concepts signifient durant une séance d'entraînement ou une compétition? Une Entente Sport pur doit être un document « vivant » qui peut changer et évoluer et auquel on devrait se référer durant les réunions d'équipe, les entraînements et les parties.

Pratiquer le sport sain, c'est plus qu'apprendre des habiletés physiques. C'est aussi une affaire de formation du caractère et de valeurs partagées. Les habiletés physiques à elles seules sont atténuées sans la présence de valeurs et, à l'inverse, les valeurs du groupe n'auront pas de sens sans un accent mis sur le développement des habiletés physiques.

Les entraîneurs et les athlètes peuvent travailler ensemble à concevoir des situations et des défis mettant à l'épreuve les valeurs du groupe. Par exemple, lors d'un match de soccer, ils pourraient choisir de mettre l'accent sur les habiletés de contrôle du ballon qu'ils ont pratiquées tout en faisant aussi un effort pour soutenir leur équipe et respecter leurs adversaires et l'arbitre.

Cela se produit quand le sport chez les enfants dépasse l'effort physique et devient une expérience de développement de la personne et du sens de la collectivité.

Vas-y

Fais preuve  
d'esprit  
sportif

Respecte  
les autres

Amuse-toi

Garde une  
bonne santé

Donne  
en retour



SPORT PUR  
ça se vit ici!

## Module 2 : Comment maintenir l'Entente Sport pur « bien vivante »

L'apprentissage et le développement des compétences de l'entraîneur impliquent de trouver des moyens de maintenir les valeurs positives, la formation du caractère et le développement des habiletés au centre de l'expérience sportive. Donc, comment les entraîneurs et les dirigeants maintiennent-ils l'Entente Sport pur bien vivante et pertinente pendant toute la saison? Voici quelques trucs :

- Organisez la prise de photos de chacun avec l'entente et remettez-en un exemplaire à tous les joueurs de l'équipe.
- Inscrivez tous les termes et valeurs de l'entente que votre groupe a identifiés sur un article relié au sport (par exemple, un ballon de soccer, une planche d'entraînement en natation) et conservez cet article à un endroit bien visible à chaque fois que le groupe se réunit.
- Réexaminez l'entente d'une façon naturelle et régulière durant les séances d'entraînement et les compétitions. Les enfants et les entraîneurs peuvent discuter d'exemples de valeurs de l'entente au gré des occasions qui se présentent durant les séances d'entraînement et les compétitions.
- Prenez avantage de « moments propices à l'enseignement » pour passer des commentaires sur les manifestations de bon caractère et de jeu franc.
- Intégrez les parents au processus pour aider à provoquer ou encourager des conversations ayant trait aux valeurs du groupe en dehors de l'expérience sportive.
- Mettez l'accent sur un ou deux points de votre entente à chaque fois que vous vous réunissez.
- Demandez aux participants de penser à des valeurs particulières qui ont été démontrées durant une séance d'entraînement et/ou une compétition.
- Des valeurs comme le fait de travailler fort à développer les habiletés, d'être persévérant et de s'imposer un défi peuvent toutes être encouragées durant une séance d'entraînement ou une compétition.
- Réexaminez l'entente en équipe pour vous assurer que l'équipe fonctionne à l'intérieur de ses paramètres et que celle-ci demeure pertinente.
- Remettez à chaque joueur un écusson (ou un autocollant) Sport pur. À leur discrétion, ils peuvent récompenser, au moyen de l'écusson, un joueur qui fait la démonstration d'un principe de Sport pur. Assurez-vous qu'ils expliquent pourquoi ils récompensent le joueur. Faites en sorte que les athlètes partagent leur expérience/récit avec le reste du groupe.

**Comme les athlètes sous votre responsabilité, à titre d'entraîneur/dirigeant, vous devez être disposé à tenter de nouvelles approches si vous voulez vous améliorer et ajouter à votre coffre d'outils personnel d'entraîneur.**

*Vas-y*

*Fais preuve  
d'esprit  
sportif*

*Respecte  
les autres*

*Amuse-toi*

*Garde une  
bonne santé*

*Donne  
en retour*



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

À mesure que se développe la relation entraîneur-athlète et que les athlètes gagnent en maturité, l'échange d'idées où l'entraîneur sollicite un apport accru des joueurs sur les décisions qui affectent leur expérience sportive peut augmenter.

Une partie d'un entraînement efficace repose sur le fait de posséder l'aptitude à choisir la meilleure approche en fonction de la situation. Par exemple, dans une situation où les enfants ne se traitent pas les uns les autres avec équité ou quand les enfants peuvent ne pas jouer de façon sécuritaire, l'entraîneur/dirigeant peut devoir utiliser un style plus directif et ensuite demander si le comportement est cohérent par rapport aux valeurs de l'entente.

**Quand de jeunes joueurs sentent que leurs idées et leur apport sont valorisés et pris en compte, ils ont un plus grand sens de la prise en charge de leur expérience sportive.**

Des activités régulières de débriefage encouragent les participants à réfléchir sur leur expérience et à parler de ce qui va bien et de ce qui doit être amélioré. Quand les participants sont invités à réfléchir sur ce qui se passe durant les activités, ils deviennent plus conscients de ce qui se déroule autour d'eux. La tenue de discussions régulières entre l'entraîneur et l'athlète à propos de l'expérience vécue aidera à créer un environnement où l'apprentissage individuel et de groupe est favorisé.

Le procédé de l'Entente Sport pur est un moyen efficace d'engager les participants dans les processus de prise de décision et le leadership du groupe. Aussi, en assumant pleinement leur expérience sportive et en contribuant aux décisions sur la façon dont ils veulent que fonctionne leur équipe, les participants vont tisser des liens solides qui pourraient durer bien au-delà de leur expérience sportive.

*Vas-y*

*Fais preuve  
d'esprit  
sportif*

*Respecte  
les autres*

*Amuse-toi*

*Garde une  
bonne santé*

*Donne  
en retour*



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

# Annexe A : Exemples d'exercices de consolidation d'équipe

## Passer le sac de haricots

Adapté de *Catch Them Being Good* de Tony Diccico, Colleen Hacker, Charles Salzberg

**Équipement** : un chronomètre pour chaque équipe

**Espace** : un terrain en plein air ou un gymnase

**Équipes** : divisez votre groupe en deux ou trois équipes de 6 à 8 personnes

### Préparation :

1. Fournissez à chaque équipe un petit sac de haricots secs (vous pouvez les acheter au magasin ou les préparer vous-même).
2. Disposez les équipes en cercle, de la dimension de leur choix.
3. Énoncez le défi : le but de cette activité est de voir à quelle vitesse vous pouvez passer le sac de haricots d'une personne à l'autre de manière à ce que chaque membre du groupe ait manipulé complètement le sac et l'ait remis individuellement à un autre membre de l'équipe (en d'autres termes, simplement « toucher » le sac de haricots n'équivaut pas à « le tenir et le remettre individuellement »).
4. Assignez à chaque groupe un responsable du chronomètre (assurez-vous que c'est une personne fiable, un chronométreur compétent).
5. Au signal « À vos marques, prêt, partez! », les équipes commencent à passer le sac de haricots autour du cercle aussi vite qu'elles pensent pouvoir le faire tout en respectant toutes les règles.

### Déroulement :

1. Inscrivez le temps de chaque équipe.
2. Mettez chaque équipe au défi de battre son propre temps. Inscrivez le temps de chaque équipe.
3. Déterminez un gagnant sur la base du temps. Inscrivez ce temps.
4. Mettez les équipes au défi de battre l'équipe ayant enregistré le temps le plus rapide.
5. Maintenant demandez : « Pouvez-vous le faire plus vite? » Laissez-les essayer. Continuez d'inscrire les temps de chaque équipe.
6. Pouvez-vous le faire encore plus vite?

### Apprentissage :

Finalement, les équipes apprendront qu'ils peuvent se rapprocher les uns des autres et faire un cercle encore plus petit de façon à avoir l'air d'un gros tas de gens. Ensuite, ils apprendront qu'ils peuvent manipuler et faire circuler le sac de haricots beaucoup plus rapidement, plus efficacement et le tout en un seul mouvement s'ils modifient leur distance l'un de l'autre et changent la configuration de leur équipe.

### Séances de débriefage :

En premier lieu, ils pensent que le fait de gagner est l'unique objectif ou que gagner, c'est « battre » une autre équipe. Finalement vous voulez qu'ils perçoivent que ce qu'ils pensaient être suffisamment bon au début, suffisamment rapide et suffisamment réussi peut effectivement être exécuté mieux et plus rapidement. C'est le même principe que nous apprenons dans le sport. Avec de la planification, de la motivation et de l'ingéniosité, les joueurs peuvent acquérir des habiletés et maîtriser des stratégies afin de continuer à réduire leur meilleur temps précédent et, en conséquence, améliorer la performance globale de l'« équipe ».

Ce message de débriefage peut avoir des implications sur toute la saison peu importe l'âge ou le niveau de sport que vous pratiquez.

En groupe, discutez des questions suivantes :

1. Qu'avez-vous appris de cette activité?
2. Qu'est-ce qui vous a aidé à obtenir plus de succès?
3. Comment votre équipe a-t-elle fait face au défi d'être plus rapide? Avez-vous discuté de stratégie?
4. Quelqu'un s'est-il démarqué comme un leader au sein de votre équipe?
5. Y a-t-il eu une différence dans votre expérience quand le but a consisté à battre l'autre équipe plutôt que de battre votre meilleur temps précédent?
6. Que feriez-vous de façon différente la prochaine fois?
7. Comme cela s'applique-t-il en situation de jeu?

**Amusez-vous!**

*Vas-y*

*Fais preuve  
d'esprit  
sportif*

*Respecte  
les autres*

*Amuse-toi*

*Garde une  
bonne santé*

*Donne  
en retour*



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

## Le nœud humain

(Adapté de [www.group-games.com](http://www.group-games.com))

Cette activité enseigne aux gens à travailler ensemble – en proximité physique rapprochée! Le but est d'arriver à comprendre comment défaire le nœud humain sans se laisser les mains. Elle fournit aussi l'occasion de démontrer la communication, le leadership, la résolution de problème, le travail d'équipe, la confiance et la persévérance, entre autres qualités.

**Équipement** : aucun

**Espace** : un terrain ou un gymnase

**Équipes** : divisez votre groupe en équipes de 7 à 16 personnes

**Préparation** :

1. Ce jeu est souple dans la mesure où des groupes multiples peuvent jouer. Formez des groupes d'environ 10 personnes.
2. Disposez chaque groupe debout, en cercle, chacun faisant face à l'autre. Chaque personne devrait se tenir épaule à épaule.
3. Indiquez à chacun de lever sa main gauche et de chercher à prendre la main de quelqu'un d'autre à travers le cercle.
4. Ensuite, indiquez à chacun de lever sa main droite et de chercher à prendre la main d'une autre personne à travers le cercle. Assurez-vous que personne ne tient la main d'une autre personne directement à ses côtés.



5. Pour jouer, les groupes doivent communiquer et trouver le moyen de défaire le nœud (formant un cercle de gens) sans jamais se laisser les mains.
6. Si vous le souhaitez, pour briser la glace, le jeu peut être joué de façon compétitive; l'animateur dit : « À vos marques, prêt, partez! » et tous les groupes s'activent pour devenir le premier groupe à terminer.
7. Si un membre du groupe laisse partir une main (brise la chaîne), alors le groupe doit reprendre du début ou vous pouvez imposer une pénalité/punition à cette personne (ex. avoir les yeux bandés).

8. Ce jeu prend d'habitude de 15 à 30 minutes à compléter. Vous pouvez imposer une limite de temps si vous souhaitez rendre le jeu plus difficile.

**Leçons de débriefage** :

Quand vous avez terminé l'activité du Nœud humain, en groupe, discutez des questions comme :

1. Dans quelle mesure votre groupe a-t-il bien travaillé ensemble?
2. Quelles stratégies votre groupe a-t-il adoptées?
3. Quelle impression avez-vous ressentie à résoudre le problème?
4. Qu'avez-vous appris de cette activité?
5. Qu'est-ce qui vous a aidé à mieux réussir?
6. Comme cela s'applique-t-il en situation de jeu?

**Variante** :

Pour accroître le niveau de difficulté, vous pouvez soit (1) bander les yeux de certains joueurs ou (2) exiger que le jeu soit joué en silence (sans parler).

**Amusez-vous!**

*Vas-y*

*Fais preuve  
d'esprit  
sportif*

*Respecte  
les autres*

*Amuse-toi*

*Garde une  
bonne santé*

*Donne  
en retour*



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

## Annexe B : Mener la charge : des trucs pour faciliter la conversation

1. Commencez la séance avec une « accroche »; une vidéo, une histoire ou une citation inspirante qui va amener les membres de l'équipe à penser à la vraie valeur de leur expérience sportive. Ex. Une vidéo d'esprit sportif incroyable : <http://www.cbsnews.com/stories/2008/05/01/earlyshow/main4061276.shtml>  
<http://www.truesportpur.ca/en/voices-60-truesportchampions>  
5 min

Faites faire à l'équipe 1 ou 2 exercices de consolidation d'équipe. Essayez de trouver une activité qui n'a pas de rapport avec votre sport :

Le jeu de la couverture : <http://www.campresources.co.uk/activities/Ice-Breakers/5.html>

Le défi du hula-hoop : <http://www.playworksusa.org/games/hula-hoop-challenge>  
10 min

2. Ramenez le groupe à discuter de l'activité. Quels ont été les succès, les difficultés, les stratégies, la dynamique de groupe, les émotions et les résultats? Aidez les membres de l'équipe à comparer leurs réponses à leurs expériences vécues dans le sport à l'aide de questions\* comme :

- *Qu'avez-vous trouvé de difficile/facile dans le jeu? Comment avez-vous réagi?*
- *Votre équipe/groupe avait-il une stratégie? Comment en êtes-vous arrivés à votre stratégie?*
- *Quels rôles différents les gens de votre équipe ont-ils joué (leaders, penseurs, exécutants, etc.)? Quelqu'un a-t-il changé de rôle durant le jeu?*
- *Comment vous/votre équipe vous sentiez-vous quand vous avez réussi/échoué?*

5 min

3. Demandez à un volontaire d'agir comme scribe. Posez à l'équipe la question : **« Comment voulez-vous être traité en tant que membre de cette équipe (par les entraîneurs, les soigneurs, les coéquipiers, les officiels, les parents, les amateurs, les adversaires, etc.)? »** Laissez les joueurs donner leurs réponses pendant que le scribe les affiche (ex. tableau blanc, tableau de conférence, tableau noir). Vous devrez peut-être les aider à démarrer; vous pourriez leur demander de considérer : avec respect, honnêtement, gentiment et valorisé. N'oubliez pas d'ajouter vos points non négociables à la liste si les athlètes ne les ont pas soulevés.

5 min

4. Une fois que vous avez élaboré une liste substantielle, aidez les membres de l'équipe à expliquer ce que certains de ces termes génériques signifient pour eux dans leurs propres mots. Voici quelques-unes des questions que vous pouvez poser :

- *Pensez à un moment où quelqu'un vous a traité/ne vous a pas traité avec respect; qu'est-ce qu'il vous a/ne vous a pas dit/fait?*
- *Comment définiriez-vous le mot « juste »? Est-ce la même chose qu'« égal »? Si non, en quoi est-ce différent?*
- *Comment quelqu'un peut-il vous montrer qu'il vous apprécie? Est-ce par quelque chose qu'il dit/ne dit pas, ou quelque chose qu'il fait/ne fait pas?*

\* Vous pouvez vous attendre à beaucoup de réponses différentes à toutes les questions. L'Annexe C fournit des points de discussion et des réponses possibles à votre questions-guides pour vous aider à préparer la séance.

Vas-y

Fais preuve  
d'esprit  
sportif

Respecte  
les autres

Amuse-toi

Garde une  
bonne santé

Donne  
en retour



SPORT PUR  
ça se vit ici!

Ce pourrait être utile de fournir des exemples tirés de votre propre vie.  
Encouragez l'équipe à donner des exemples personnels et/ou spécifiques.  
15 min

5. Demandez à un volontaire différent d'agir comme scribe. Posez à l'équipe la question : « **Comment voulez-vous traiter les autres qui sont membres de l'équipe/associés à l'équipe (y compris les entraîneurs, les parents, les soigneurs, les coéquipiers, les officiels, les parents, les amateurs, les adversaires, etc.) ?** » Laissez les joueurs donner leurs réponses comme précédemment tandis que le scribe les affiche. Vous voudrez peut-être les stimuler à répondre avec des questions comme :
- *Cette liste devrait-elle être exactement la même que celle que nous venons tout juste de créer? Pourquoi, pourquoi pas?*
  - *Comment pourrions-nous montrer de l'appréciation pour les différentes contributions que les gens font à cette équipe/Comment les reconnaître?*
  - *Comment ma façon de traiter les autres affecte-t-elle la façon dont je vais être traité?*
  - *Quand est-il important d'être conscient de mes actes; seulement sur le terrain, dans le vestiaire, durant les tournois, à l'école?*

À nouveau, il peut être utile de fournir des exemples concrets qui vous concernent.  
Encouragez l'équipe à présenter des exemples personnels et/ou spécifiques.  
20 min

Procédez à un vote par pastilles (« *dotmocratie* »). Remettez à chaque personne de 5 à 10 pastilles autocollantes (ou autre mode d'identification comme faire un crochet) pour chaque liste qui a tout juste été produite. Ils utiliseront ces autocollants pour identifier par vote les 5 à 10 valeurs de chaque liste qu'ils estiment être les plus importantes. Les valeurs identifiées les plus populaires aideront à identifier ce à quoi votre équipe accorde vraiment de la valeur. Ces valeurs constitueront la base de votre Entente Sport pur (voir Annexe E pour un échantillon d'Entente Sport pur).  
5 min

6. Demandez à un nouveau volontaire d'agir comme scribe. Cette fois, posez à l'équipe la question : « **Comment saurons-nous si nous avons eu du succès cette saison ?** » Soyez préparé à ce que l'équipe réponde par des objectifs tangibles comme : *participer aux séries d'après-saison, nouvelle meilleur performance personnelle, finir dans les 3 premiers de la ligue, monter de division, etc.* Mettez l'équipe au défi de considérer que le succès pourrait aussi inclure : *chacun estime qu'il a vraiment fait partie de l'équipe, chacun s'estime à l'aise de donner son opinion, nous avons eu beaucoup de plaisir, nous nous sommes fait de vrais bons amis, et nous sommes bien liés les uns aux autres et respectés par nos entraîneurs, nos adversaires, nos parents, les amateurs et les officiels.*  
10 min

7. Une fois que quelques objectifs concrets ont été déterminés, demandez à l'équipe la question : « **Que devons-nous faire pour atteindre le succès que nous venons tout juste de définir?** » Stimulez l'équipe à répondre en leur demandant :
- *Qui devra être inclus dans ce cheminement vers le succès (entraîneurs, parents, joueurs, officiels)?*
  - *Suffira-t-il seulement que nous travaillions fort et que nous pratiquions?*
  - *Comment allons-nous consolider une équipe où chacun estime être un membre qui contribue?*
  - *Comment le comportement que nous avons esquissé ci-dessus va-t-il contribuer à notre réussite?*
  - *Est-il crucial que tous les membres de l'équipe soient vraiment acquis à cette entente?*

10 min

Vas-y

Fais preuve  
d'esprit  
sportif

Respecte  
les autres

Amuse-toi

Garde une  
bonne santé

Donne  
en retour



SPORT PUR  
ça se vit ici!

8. Demandez à l'équipe : « **Qu'arrive-t-il si un membre de l'équipe n'agit pas selon le comportement que nous avons défini dans cette entente?** » Mettez l'équipe au défi de réfléchir aux responsabilités et aux conséquences et demandez-leur : « **À qui incombe la responsabilité de faire face à un membre qui pose problème : l'entraîneur, le parent, un coéquipier ou le capitaine?** » Nous voulons que les joueurs s'impliquent et se montrent responsables de la dynamique de l'équipe et conviennent de moyens corrects et respectueux d'affronter des situations difficiles.  
10 min
9. Finalement, une bonne façon d'amener votre équipe à réfléchir aux valeurs de Sport pur et à ce qu'elles signifient pour eux pourrait être de leur demander de faire l'exercice de réflexion sur l'Héritage Sport pur (Annexe F). L'Héritage Sport pur demande aux joueurs de penser à quelqu'un dans leurs vies qui a incarné les Principes de Sport pur et qui a exercé une influence positive dans leurs vies.  
5 min

**SPORT  
PUR**  
ÇA SE VIT ICI!

L'information recueillie au cours de cette séance peut alors être compilée dans une « entente formelle », une Entente Sport pur qui résume vos valeurs et vos objectifs communs.

- À la prochaine réunion de l'équipe ou dans le cadre d'une fête de début de saison, demandez à chaque membre de l'équipe d'examiner l'entente.
- Une fois que chacun a reconnu qu'elle reflète avec exactitude vos aspirations, demandez à chaque joueur de signer l'Entente Sport pur et affichez-la bien en évidence pour que tous les voient.
- Demandez aux joueurs de suggérer ce que leur Entente Sport pur devrait avoir l'air. En fonction de leur âge, envisagez de faire en sorte que les athlètes illustrent eux-mêmes leur Entente Sport pur.
- Encouragez votre équipe à faire preuve de créativité sur la façon d'y mettre leur signature. Voici quelques exemples : *une grande affiche avec une empreinte de la main ou d'un doigt de chaque joueur, un contrat officiel signé par chaque joueur, un collage de photos des joueurs, un bracelet/serre-poignet d'équipe ou un écusson/logo d'équipe.* Consultez l'Annexe E : Échantillons d'ententes Sport pur.
- Utilisez votre Entente Sport pur comme un point de ralliement pour réexaminer les valeurs convenues par l'équipe, ainsi que comme une raison de célébrer les succès de l'équipe au fur et à mesure dans la saison.
- Faites part de votre entente d'équipe avec les parents et demandez-leur d'être des partenaires de soutien sur la voie de la réussite de l'équipe. Autrement, vous pouvez répéter l'exercice entier avec les parents pour comparer et mettre en opposition les résultats – il est important que tout le monde soit engagé dans le processus et partage les mêmes attentes. Finalement, tout le monde engagé dans l'équipe se sentira à l'aise et concerné par l'Entente Sport pur.

Vas-y

Fais preuve  
d'esprit  
sportif

Respecte  
les autres

Amuse-toi

Garde une  
bonne santé

Donne  
en retour



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

## Annexe C : Animer la conversation – la clé : la préparation

Cette section donne un aperçu des réponses que vous pouvez vous attendre à recevoir aux questions-guides énoncées dans la section « Mener la charge : des trucs pour faciliter la conversation ». Ces réponses sont destinées à vous aider à vous familiariser avec l'exercice de l'Entente Sport pur et à vous y préparer, et ce, dans l'espoir que vous vous sentirez plus à l'aise avec le processus.

(Note : cette section se concentre sur les étapes du processus d'Entente Sport pur où on demande au groupe de fournir des commentaires, suggestions et idées, de sorte qu'elle n'aborde pas chacune des étapes du processus.)

### Étape 3 – Ramenez le groupe à discuter de l'activité de consolidation d'équipe.

- *Qu'avez-vous trouvé de difficile à propos du jeu? Comment avez-vous réagi?*
  - Je n'étais pas certain des règles.
  - Je n'y avais jamais joué auparavant/je connaissais mal le jeu.
  - J'avais déjà joué à ce jeu auparavant, je connaissais bien le jeu.
  - J'étais content/excité quand nous avons gagné ou triste/frustré d'avoir perdu.
  - Mon équipe n'a pas bien collaboré et nous nous sommes disputés.
  - Mon équipe a bien écouté et nous avons travaillé ensemble.
- *Votre équipe/groupe avait-il une stratégie? Comment en êtes-vous arrivés à votre stratégie?*
  - Nous avons observé l'autre équipe.
  - Nous avons appris de nos erreurs.
  - Nous avons demandé de l'aide/des clarifications.
  - Nous avons utilisé l'expérience/les connaissances antérieures de nos coéquipiers.
  - Nous avons plongé tête première et utilisé la première idée qui nous est venue à l'esprit.
- *Quels rôles différents les gens de votre équipe ont-ils joué (leaders, penseurs, exécutants, etc.)? Quelqu'un a-t-il changé de rôle durant le jeu?*
  - Certaines personnes ont pris charge dès le départ.
  - D'autres avaient vraiment de bonnes idées et justifiaient pourquoi les choses devraient être faites d'une certaine manière.
  - D'autres étaient rapides à essayer des choses et à voir ce qui fonctionnait.
  - Les rôles ont changé à mesure que la dynamique de l'activité a évolué.
  - Certains n'étaient pas disposés à se désister de leur rôle peu importe le succès.
- *Comment vous/votre équipe vous êtes-vous senti quand vous avez réussi/échoué?*
  - J'étais content/excité d'avoir gagné ou triste/frustré d'avoir perdu.
  - Nous sentions que nous avons bien travaillé en équipe et que nous avons eu besoin de la contribution de tous les membres pour réussir.
  - Nous avons à identifier les forces et les faiblesses dans le groupe pour pouvoir réussir.
  - Nous nous sommes blâmés les uns les autres quand les choses n'allaient pas bien.
  - Nous nous sommes sentis déprimés quand nous avons eu l'impression de retarder notre équipe.

Vas-y

Fais preuve  
d'esprit  
sportif

Respecte  
les autres

Amuse-toi

Garde une  
bonne santé

Donne  
en retour



SPORT PUR  
ça se vit ici!

## Étape 5 – Aidez l'équipe à expliquer ce que certains de ces termes génériques veulent dire.

- *Pensez à un moment où quelqu'un vous a traité/ne vous a pas traité avec respect; qu'est-ce qu'il vous a/ne vous a pas dit/fait?*
  - Un enseignant à l'école m'a donné la chance de m'expliquer.
  - Un entraîneur a écouté ma suggestion et l'a intégrée à notre séance d'entraînement.
  - Mes parents m'ont permis de demeurer dehors plus longtemps que d'habitude si je promettais de les appeler pour leur laisser savoir où j'étais.
  - Mes compagnons de classe m'ont interrompu et ne m'ont pas donné la chance de leur faire part de mon opinion.
  - Mes amis gardent pour eux nos conversations personnelles et ne me jugent pas.
  - Mon professeur m'a remercié de travailler si fort et d'exiger beaucoup de moi.
  - Mes coéquipiers ont ri de moi quand j'ai commis une erreur.
- *Comment définiriez-vous le mot « juste »? Est-ce la même chose qu'« égal »? Si non, en quoi est-ce différent?*
  - Juste ne veut pas toujours dire égal. Il y a une grosse différence importante entre les deux.
  - Juste signifie libre de tout favoritisme ou parti pris. Égal signifie le même nombre, montant, mesure ou quantité qu'un autre.
  - Les gens n'ont pas besoin d'être traités également pour être traités avec équité. Les gens sont traités différemment parce que nous sommes tous différents, nous avons des besoins et des désirs uniques.
  - Un joueur peut avoir besoin de plus de temps de la part de l'entraîneur parce qu'une nouvelle habileté est plus difficile à acquérir pour lui alors qu'un autre joueur a besoin de moins de conseils.
  - Il est important pour les joueurs de communiquer leurs sentiments s'ils estiment être traités injustement pour que cela puisse être expliqué/résolu.
  - Pensez-vous que c'est juste d'attendre des autres qu'ils vous traitent de la façon dont vous aimeriez être traité?
  - Il est important de se rappeler de se mettre vous-même dans les souliers de l'autre. Comment vous sentiriez-vous si cela vous arrivait à vous?
  - Je devrais avoir les mêmes attentes pour moi-même que celles que j'ai pour les autres de mon équipe.
- *Comment quelqu'un peut-il vous montrer qu'il vous apprécie? Est-ce par quelque chose qu'il dit/ne dit pas, ou quelque chose qu'il fait/ne fait pas?*
  - Ils veulent entendre quelle contribution vous avez à apporter.
  - Ils vous demandent conseil et l'apprécient.
  - Ils vous ignorent/ne vous ignorent pas.
  - Ils vous interrompent/ne vous interrompent pas.
  - Ils écoutent activement ce que vous avez à dire et passent leurs commentaires.

## Étape 6 – Comment voulez-vous traiter les autres?

- *Cette liste (comment traitez-vous les autres et comment voulez-vous être traité) devrait-elle être exactement la même que celle que nous venons tout juste de créer? Pourquoi, pourquoi pas?*
  - Il n'y a vraiment pas de bonne ou de mauvaise réponse quant à savoir si la liste devrait être la même, mais le fait de poser la question fournit une occasion

Vas-y

Fais preuve  
d'esprit  
sportif

Respecte  
les autres

Amuse-toi

Garde une  
bonne santé

Donne  
en retour



SPORT PUR  
ça se vit ici!

de pousser plus loin la conversation à propos de traiter les autres de la façon dont vous voudriez être traité.

- Tout le monde est différent et apporte différentes forces et faiblesses à l'équipe. C'est une combinaison de ces différences qui va compléter l'un et l'autre et faire de vous une équipe.
  - Il est important pour les joueurs de communiquer leurs émotions et d'aborder les problèmes s'ils estiment ne pas être traités de la façon dont ils voudraient être traités.
  - Croyez-vous que c'est juste de s'attendre à ce que les autres vous traitent de la façon dont vous voudriez être traité?
  - Il est important de se rappeler de se mettre dans les souliers de l'autre. Comment se sentiraient-ils si cela m'arrivait à moi?
  - Je devrais avoir les mêmes attentes à mon égard que celles que j'ai pour les autres au sein de mon équipe.
- *Comment pourrions-nous montrer de l'appréciation pour les différentes contributions que les gens font à cette équipe/Comment les reconnaître?*
    - En participant régulièrement et ponctuellement aux séances d'entraînement et aux parties.
    - En écoutant et en participant activement à la séance d'entraînement.
    - En téléphonant à l'avance à l'entraîneur si je puis être présent à un entraînement/une partie ou si je vais être en retard.
    - En remerciant nos parents/tuteurs pour le temps qu'ils passent à nous soutenir dans notre sport.
    - En respectant les officiels sur le terrain et à l'extérieur – en acceptant leurs décisions et en respectant les règlements.
    - En reconnaissant l'importance de tous les joueurs pour l'équipe et la valeur des forces/contributions individuelles qu'ils apportent à l'équipe (ex. attitude positive, calme sous la pression, tact, etc.)
  - *Comment ma façon de traiter les autres affecte-t-elle la façon dont je vais être traité?*
    - Les gens veulent se sentir comme s'ils étaient traités équitablement. Ils trouvent difficile de vous traiter de la façon dont vous méritez d'être traité s'ils estiment me pas être eux-mêmes bien traités.
    - Résister à l'envie de réagir à un comportement négatif par un comportement encore plus négatif. On ne répare pas une injustice par une autre injustice.
    - Une énergie positive engendre une énergie positive.
    - Permettez aux autres de faire des erreurs et acceptez leurs excuses quand elles sont sincères. Tout le monde peut connaître une mauvaise journée.
    - Pardonnez et oubliez.
  - *Quand est-il important d'être conscient de mes actes; seulement sur le terrain, dans le vestiaire, durant les tournois, à l'école, etc.?*
    - Il est toujours important d'être conscient de vos actions. Vous êtes un représentant de votre équipe et vos actes sont le reflet de ce que votre équipe représente.
    - Dans le terrain de stationnement, dans le vestiaire, dans les estrades, à l'hôtel, au restaurant, à la maison, dans l'autobus – voilà autant d'endroits où vous pouvez montrer aux autres à quel point vous êtes respectueux et faites preuve de bonnes manières.

## Étape 9 – Que devons-nous faire pour obtenir le succès que nous voulons?

- *Qui devra être inclus dans ce cheminement vers le succès (entraîneurs, parents, joueurs, officiels)? Comment reconnaitrons-nous leurs contributions?*

Vas-y

Fais preuve  
d'esprit  
sportif

Respecte  
les autres

Amuse-toi

Garde une  
bonne santé

Donne  
en retour



SPORT PUR  
ça se vit ici!

- Pensez à quel point ce serait difficile de participer en tant que joueur de cette équipe sans vos parents, entraîneurs, coéquipiers et officiels. Tous ces gens donnent de leur temps pour aider à vous fournir l'occasion de pratiquer un sport.
  - C'est toujours bien de prendre le temps de dire « Merci! » à ceux qui nous aident en cours de route. Peut-être s'agit-il d'une soirée « Donne en retour » ou d'un simple « Merci », mais des tels gestes peuvent faire en sorte que le dur travail en vaille la peine.
- *Suffira-t-il seulement que nous travaillions fort et que nous pratiquions?*
    - Respect à l'égard des autres.
    - Une attitude positive.
    - Des lignes de communication ouvertes.
    - Un environnement accueillant, inclusif.
    - De la gratitude.
- *Comment allons-nous consolider une équipe où chacun estime être un membre qui contribue?*
    - Identifier les forces individuelles et les mettre en évidence.
    - Permettre aux autres d'essayer des choses et/ou d'assumer un rôle qu'ils ne joueraient pas autrement.
    - Se soutenir les uns les autres à mesure que nous grandissons et changeons.
    - Prêter attention activement aux opinions des autres.
    - Souligner et reconnaître une contribution quelle qu'en soit la nature.
- *Comment le comportement que nous avons esquissé ci-dessus va-t-il contribuer à notre réussite? ET est-il crucial que tous les membres de l'équipe soient vraiment acquis à cette entente?*
    - Il est crucial que tous les joueurs soient à la « même page » quand il est question des attentes et du comportement au sein de cette équipe.
    - Bien que les choses vont probablement changer, il est important que nous ayons une vision claire de là où nous nous voyons nous-mêmes aller et être d'accord sur la façon dont nous allons y parvenir.
    - Chacun devrait estimer qu'il a une voix et que son opinion compte alors que nous créons et faisons grandir les liens au sein de notre équipe.
    - Cette équipe est constituée de plusieurs personnes et le respect mutuel va nous permettre de faire face aux difficultés et à l'adversité plus facilement, d'atteindre nos objectifs et d'avoir du PLAISIR en cours de route!

*Vas-y*

*Fais preuve  
d'esprit  
sportif*

*Respecte  
les autres*

*Amuse-toi*

*Garde une  
bonne santé*

*Donne  
en retour*



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

## Annexe D : Des idées pour des enfants de 5 à 8 ans

1. Les dirigeants/entraîneurs doivent utiliser un vocabulaire différent avec ce groupe d'âge. Les jeunes enfants ont besoin de phrases simples, faciles à comprendre.
2. Utilisez des activités amusantes, simples comme la « tag » et des jeux coopératifs et posez les questions :

- Quand vous jouiez à ce jeu, comment étiez-vous traités par les autres? Avez-vous aimé la façon dont vos coéquipiers vous traitaient? Pourquoi ou pourquoi pas?
- Comment voulez-vous être traités par les autres quand vous jouez à un jeu ou pratiquez un sport avec eux?
- Quelle est la meilleure façon de traiter les autres quand vous jouez avec eux?

Ils peuvent peut-être comprendre tout à fait ou non ces questions. Nous avons constaté que certains groupes fournissent des bonnes réponses à ces questions; toutefois, cela n'est pas constant. Certains groupes peuvent répondre mieux lorsqu'ils sont stimulés par des questions qui ont trait aux activités de jeu comme :

- Qu'est-ce qu'on a eu besoin de faire pour avoir du plaisir et réussir le jeu?
  - Qu'est qui rend nos exercices et nos parties amusantes/bonnes?
  - Pourquoi aimez-vous jouer à des jeux/pratiquer des sports?
3. Les entraîneurs/dirigeants pourraient devoir poser davantage de ce genre de questions guides, comme : est-ce bien et/ou est-ce encore plus amusant de
    - jouer en sécurité?
    - faire de son mieux?
    - jouer honnêtement?
    - être à l'heure?
    - s'aider les uns les autres?
    - autre?
  4. Les enfants de ce groupe d'âge vont proposer des valeurs et des qualités comme : être gentil, jouer franc jeu; aider les autres, écouter, ne pas frapper les autres, avoir du plaisir, travailler fort. Ces mots introduisent à des valeurs comme le respect, faire de son mieux, coopérer, bien communiquer, être honnête, la sécurité émotionnelle et physique et la responsabilité, donc vous êtes définitivement dans la bonne voie!
  5. Une fois que vous avez élaboré une entente, maintenez-la bien vivante en parlant avec le groupe de ce que les enfants voudraient ajouter ou ajuster les 2 ou 3 premières fois où ils sont ensemble. Les entraîneurs/dirigeants peuvent prendre une valeur à la fois et faire en sorte que les enfants se concentrent sur cette valeur comme un thème pour chaque exercice ou partie. Par exemple, aujourd'hui nous allons nous appliquer à « faire de notre mieux » et, pour la prochaine séance, le thème peut changer et être de « bien coopérer avec nos coéquipiers ». Cela aide les enfants à en arriver à mieux comprendre ce que signifie leur entente sur les valeurs.
  6. Parmi les autres moyens de rendre vivante l'entente pour les jeunes enfants, on peut prendre une photo de l'équipe avec le groupe de valeurs énumérées sous la photo. Faire signer la photo par les enfants et la placer bien en évidence. Vous pouvez aussi inscrire les valeurs sur un ballon d'équipe et apporter le ballon quand vous leur parlez de votre Entente Sport pur (Consultez l'Annexe E : Échantillons d'ententes Sport pur).

*Vas-y*

*Fais preuve  
d'esprit  
sportif*

*Respecte  
les autres*

*Amuse-toi*

*Garde une  
bonne santé*

*Donne  
en retour*



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

## Annexe E : Échantillons d'Ententes Sport pur

### L'Association de soccer de l'Ontario Programme de la région 5 – 1995 Filles

Comment voulez-vous être traitées?

Comment voulez-vous traiter les autres?

| Mots ou phrases                           | Résultats des votes avec des pastilles |
|---|--|
| De façon très positive                    | 18                                     |
| Honnêtement                               | 11                                     |
| Respectueusement                          | 9                                      |
| Également                                 | 9                                      |
| Pas de critiques                          | 9                                      |
| Être encouragée                           | 6                                      |
| Leadership                                | 2                                      |
| Avec équité                               | 1                                      |
| Avec obligeance                           | 1                                      |
| Avec franchise                            | 1                                      |
| Gentiment                                 | 1                                      |
| Loyauté                                   | 1                                      |
| Digne de confiance                        | 1                                      |
| Coéquipière sur le terrain/amie en dehors | 1                                      |
| Amicalement                               | 0                                      |
| De façon sécuritaire                      | 0                                      |
| Avec douceur                              | 0                                      |
| Poliment                                  | 0                                      |

### Jeu de mots

*Wordle* est un formidable moyen de créer un nuage de mots clés afin d'afficher votre Entente Sport pur. Visitez le site [www.wordle.net](http://www.wordle.net) pour créer votre propre Entente Sport pur *Wordle*.



Transformez votre *Wordle* en une affiche que tout le monde peut signer; ajoutez-le au site Web de votre équipe et/ou incluez-le dans les communications de l'équipe.

Vas-y

Fais preuve  
d'esprit  
sportif

Respecte  
les autres

Amuse-toi

Garde une  
bonne santé

Donne  
en retour

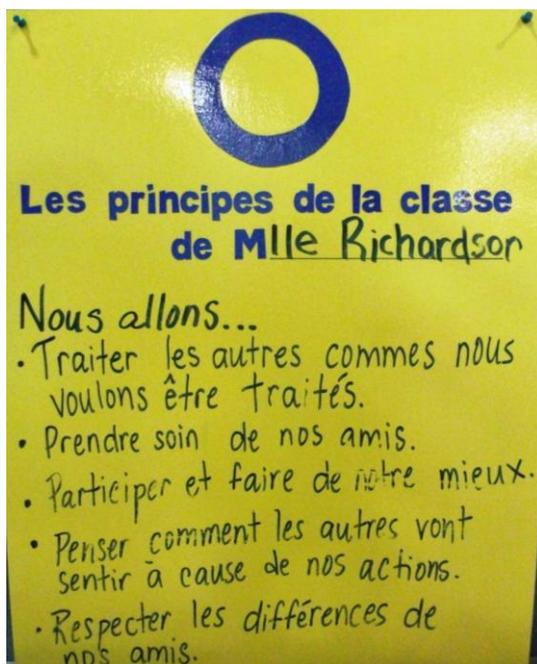


SPORT PUR  
ça se vit ici!

**Ballon de soccer**



**Affiche**



**Bracelets**



Vas-y

Fais preuve  
d'esprit  
sportif

Respecte  
les autres

Amuse-toi

Garde une  
bonne santé

Donne  
en retour



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!



## Mon héritage Sport pur

Mon ancien entraîneur, Bryson, est une personne qui, à mon avis, incarne les Principes de Sport pur pour le sport de multiples façons. Il est de loin l'homme le plus encourageant, le plus honnête et le plus gentil que j'ai jamais eu comme entraîneur dans le passé.

Je me rappelle mon enfance; je me démenais avec mes patins et je faisais des efforts pour acquérir les habiletés à la ringuette. La plupart du temps, à chaque fois que je tentais de capter une passe, je la manquais. En ratant l'anneau, je me dévalorisais moi-même parce que je ne croyais pas être assez bonne pour faire partie de l'équipe. Bryson me disait que je devrais m'attaquer aux choses qui sont les plus difficiles.

Une année, mon équipe a attrapé beaucoup de pénalités, même si n'étions pas une équipe qui jouait salaud. Il nous disait, avant nos matchs, que nous devions jouer franc jeu, proprement, et faire preuve d'esprit sportif - ce qui signifiait ne pas protester à l'endroit des arbitres. En outre, avant chaque partie, il nous gonflait d'énergie en nous faisant crier son cri de ralliement spécial: « Du cœur au ventre! »

Bryson m'a beaucoup aidée en tant que joueuse. Il ne faisait pas partie de ces entraîneurs qui gueulent après vous si vous commettez une erreur. Il vous prenait plutôt à part avec son tableau blanc et il vous MONTRAIT ce que vous aviez fait de travers.

À mon avis, je pense que Bryson a beaucoup contribué au sport de la ringuette. Vous seriez très heureux de le rencontrer. Il est la personne la plus fine que vous rencontrerez jamais. Merci Bryson de m'avoir inspirée à devenir une meilleure joueuse.

Keep It Fun ○ Play Fair

Give Back ○ Respect Others

Go For It ○ Stay Healthy

truesport.ca

Vas-y

Fais preuve  
d'esprit  
sportif

Respecte  
les autres

Amuse-toi

Garde une  
bonne santé

Donne  
en retour



SPORT PUR  
ça se vit ici!